**《少有人走的路》读后感**

   我终于看完了《少有人走的路》这本书，感觉作者派克先生还真是很了不起啊，这个系列写得很深刻透彻，也很有趣，竟然可以让人在觉得释怀的同时又感觉到压力。就好像派克所说的，精神的追求大家知道是相似的，可是个人却可能以为自己的心灵旅程是独一无二的，而派克告诉我们，其实这依然是雷同的，自我所感受到的，其实他人亦然；没有绝对幸福的童年，把一切归咎于童年受到的伤害其实是对自己的不负责任；所谓人性，并不是指一成不变的某种特质，其实是在不断的调整和变化的；人们会觉得始终保持思考太累人，因此往往更容易追求精神而忽视心灵；而当心灵被忽视压抑得太久，就会通过别的症候表现出来.人生苦难重重，人生错综复杂，几乎所有人的心理都会出现问题，或者说我们的心灵总会面对天性中的弱点，比如只顾当下，比如懒惰。让我觉得释怀的是，知道人类都是如此，都面对着如此的命运，这让我知道自己的问题是不足为奇的了。这也解释了我之前的迷惑，就是看到某些众人所谓的优秀成功人士，为何我却总觉得他们有所欠缺。之前我以为这是和人格的高尚是否有关，现在我觉得说人格这样的格调太高了，事实上绝大多数人未必能追求高尚的人格（当然包括我），就好像当年金大侠对人类寄予厚望的结果多半是失望。其实我们未必需要拥有那样高尚的人格，就好像孙未说“英雄和暴君一样，都是把自己看得太重要的人”，我们所应该做的，其实是追求我们心灵的开阔和富足。然而，“少有人走的路”，从书名可以看出思考、反思、追求心灵的健全的人是很少的，我当然没权利做出这样的结论，不过派克就比我有资格多了吧，呵呵。因为这条路很难，需要克服自身的惰性，需要不断地学习，如此种种也让我感觉到压力，而且因为多数人都不走，所以走的人就会感觉到寂寞。

  我觉得派克很了不起的原因之一，是觉得他非常睿智豁达，也非常平和包容， 他说过其实人未必一定要去找心理医生，某些心理医生其实只是把你改造成社会所接受的模式，而让你彻底失去了自己——这个例子在亦舒的一部小说中已经表现过了——“现代心理治疗目标是让患者恢复‘正常’，用统一标准规范人们的生活，结果只能令个性萎缩，变得浅薄而苍白。”而且心理健康也并非总是阳光活泼，毫无阴影。事实上，“抑郁造成的空虚，乃是思绪和情感的温床；年龄的增长和衰老，可以促使我们关注心灵；死亡让人更强烈的了解到生命的意义；深刻体会眼前生活的空虚，未尝不是一件好事；让我们失去一部分的纯真，这对心灵也是有好处的。”